



Гезникова С.В.

Меню Приятного аппетита!

20.01.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
15/50	Бутерброд с маслом (батон*)	Калорийность-243	34-02
200	Каша молочная рисовая с маслом	Калорийность-255	34-49
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-25
140	Груши свежие*	Калорийность-59	31-88
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-625 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
50/50	Бефстроганов из филе индейки	Калорийность-265	107-67
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-352	12-03
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
31	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-73
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)			Калорийность-799 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
30/30	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-20	32-99
250	Суп из овощей со сметаной(о.ч.)	Калорийность-99	21-78
50/50	Бефстроганов из филе индейки	Калорийность-265	107-67
200	Каша гречневая рассыпчатая 200	Калорийность-383	13-22
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	11-86
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-1 008 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
50/50	Бефстроганов из филе индейки	Калорийность-265	107-67
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-352	12-03
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
31	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-73
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)			Калорийность-799 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
200	Суп из овощей со сметаной (о.ч.).	Калорийность-87	18-16
90	Биточек мясной 90	Калорийность-227	73-89
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-292	10-08
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	11-86
37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-88	3-22
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-839 118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
150	Картофель запеченный*(о.ч.).	Калорийность-155	35-26
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-76	32-36
60	Булочка "Веснушка".	Калорийность-222	13-86
Итого за Полдник для групп продленного дня			Калорийность-453 81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200	Суп из овощей со сметаной (о.ч).	Калорийность-87	18-16
50/50	Бефстроганов из филе индейки	Калорийность-265	107-67
150/25	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий	Калорийность-298	21-37
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	11-86
24	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-57	2-12
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы		Калорийность-852	162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

15/50	Бутерброд с маслом (батон*)	Калорийность-243	34-02
200	Каша молочная рисовая с маслом	Калорийность-255	34-49
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-25
140	Груши свежие*	Калорийность-59	31-88
200	Суп из овощей со сметаной (о.ч).	Калорийность-87	18-16
50/50	Бефстроганов из филе индейки	Калорийность-265	107-67
150/25	Каша гречневая рассыпчатая/Помидор свежий	Калорийность-298	21-37
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	11-86
24	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-57	2-12
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 477	271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

50/50	Бефстроганов из филе индейки	Калорийность-265	107-67
180	Каша гречневая рассыпчатая *	Калорийность-352	12-03
200/3	Чай с лимоном (200/3)	Калорийность-58	4-36
31	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-74	2-73
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250	Суп из овощей со сметаной(о.ч.)	Калорийность-99	21-78
100	Биточек мясной	Калорийность-250	80-42
190	Картофель отварной (о. ч)	Калорийность-191	43-65
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	11-86
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	29-81
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)		Калорийность-1 699	321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

30/30	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-20	32-99
250	Суп из овощей со сметаной(о.ч.)	Калорийность-99	21-78
50/50	Бефстроганов из филе индейки	Калорийность-265	107-67
200	Каша гречневая рассыпчатая 200	Калорийность-383	13-22
200	Кисель "Витошка"	Калорийность-95	11-86
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)		Калорийность-1 008	192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____